



Apfel-Romana-Salat mit Pulled Chicken

lecker mit Käse und Croûtons



ca. 20min



4 Portionen

Welches Gericht schmeckt Groß und Klein, ist gleichzeitig fruchtig-frisch und deftig-lecker und steht zudem in kürzester Zeit ohne viel Aufwand auf dem Tisch? Richtig, unser raffinierter Salat mit Äpfeln, saftigem Pulled Chicken, goldgelben Croûtons und einer ordentlichen Portion geriebenem Käse. Das Besondere kann so einfach sein ...

- 2 Äpfel
- 2 Baguettebrötchen ²
- 2 rote Zwiebeln
- 400g Pulled Chicken ^{1,2,4,5}
- 2 Pck. Romanasalat
- 2 Stückchen Hartkäse ^{1,3}

- 2TL Senf ⁴
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Balsamicoessig ⁶

- Backofen und Auflaufform
- große Pfanne
- Küchenreibe

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Senf (4),
Sojabohnen (5), Schwefeldioxid und
Sulphite (6). Kann Spuren von anderen
Allergenen enthalten.

Energie 723kcal, Fett 41.9g,
Kohlenhydrate 60.9g, Eiweiß 26.1g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. 4EL Olivenöl, 2EL Balsamicoessig, 2TL Senf, 1 Prise Zucker sowie je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren (siehe Schritt 6). Die **Äpfel** ggf. schälen, vierteln, entkernen und in 0,5-1cm große Würfel schneiden. Mit dem Dressing vermengen und ziehen lassen.



Die **Brötchen** in ca. 1 cm große Würfel schneiden und in einer mittelgroßen Auflaufform mit 2EL Olivenöl und je ½TL Salz und Pfeffer vermengen. Ca. 10Min. im Ofen rösten, bis die **Crouçons** goldbraun und knusprig sind, nach der Hälfte der Zeit wenden.



Die **Zwiebeln** schälen, halbieren, in dünne Streifen schneiden und in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Das **Fleisch** mit je 1 Prise Salz und Pfeffer zugeben und 2-3Min. mitbraten.



Den **Salat** längs halbieren, vom Strunk befreien und in mundgerechte Stücke schneiden. Den **Käse** fein reiben.



Den **Salat** mit den **Croûtons** und den **Apfelwürfeln samt Dressing** vermengen, ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Fleisch** auf dem **Salat** anrichten und mit dem **Käse** garniert servieren.



Balsamico ist nicht so dein Ding? Oder du möchtest endlich mal den Himbeeressig loswerden, der schon so lange im Küchenschrank herumlungert? Unser heutiger Salat bietet dafür das optimale Experimentierfeld: Ersetze den Balsamico einfach durch die gleiche Menge Essig deiner Wahl – oder nimm gleich Zitrone, Limette & Co.! Sauer macht eben doch lustig.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**